

MASARYKOVA UNIVERZITA
Fakulta sportovních studií
Katedra sportovních her

**Didaktika a metodika Návuk přihrávání míče vnitřním nártem a
zpracování míče tlumením nebo stahováním**

Seminární práce

Didaktika fotbalu, LH a KB

Vypracovala : Bc. Aneta Palánová
Vyučující : PeadDr. Karel Večeřa

Brno, 2020

Příprava na vyučovací jednotku

Student: Bc. Aneta Palánová

UČO: 456807

Studijní obor: N-UTV

Cíle: Nácvik přihrávání míče vnitřním nártem a zpracování míče tlumením nebo stahováním

Rozvržení času	OBSAH	ORGANIZACE BEZPEČNOST
Úvodní část 2‘	Seznámení s obsahem hodiny, základní informace o přihrávce vnitřním nártem, zpracování míče tlumením nebo stahováním	Kontrola zda žáci nemají řetízky, hodinky, správná obuv
Průpravná část 4‘ 10‘	<p>1. Rozklus kolem hřiště 2 kola, 1x bez míče , druhé kolo cvičení zvané „ Klekaná“</p> <p>- Každý hráč má míč a pohybuje se s ním volně kolem hřiště. Na písknutí plní povely trenéra.</p> <p>Povely: - pravým kolenem na míč, levým kolenem na míč, oběma kolena...</p> <p>- Povely lze samozřejmě upravovat podle toho, jaké pohybové prvky chceme procvičovat.</p> <p>Cílem cvičení je zdokonalit vedení míče, přehled kolem sebe a také zlepšení obratnosti.</p> <ul style="list-style-type: none"> • přihrávky míče ve vymezeném prostoru na pokyn trenéra: přihrávky míče pravou nohou (vnitřním nártem ve dvojicích) <ul style="list-style-type: none"> • přihrávky levou nohou (totéž) • libovolným způsobem zastavit míč po přihrávce (změny směru) • dynamický strečink (atletická Abcda) 	<p>Seřadit žáky na postranní čáře a za pohybu vpřed provádět cviky (Názorná ukázka)</p> <p>Vyomezíme prostor, chválit dobré provedení</p>
Hlavní část 3‘	<ul style="list-style-type: none"> • Hráči utvoří dvojice a na vzdálenost 5m si vyzkouší nejdříve jeden z dvojice nadhodit míč rukou, druhý míč tlumí nebo stahuje .(3x3) • Přihrávky vnitřním nártem (5x5) • Jeden přihraje míč druhý jej zpracuje 	<p>Názorná ukázka</p> <p>Vytvořit čtveřice, vymežit prostor.</p>

5'	<ul style="list-style-type: none"> Hráči utvoří družstva po čtyřech, dva a dva si stoupnout naproti sobě ve vzdálenosti 6 m. Hráč s míčem přihrává vnitřním nártem a po přihrávce se řadí za spoluhráče, kterému přihrál. Ten zastaví míč tlumením a po té přihraje vnitřním nártem s následným přeběhem za přihrávkou. 	
6'	<p>Pětice hráčů vytvoří obrazec čtverce rozestupy cca 10m. V místě kde se začne hrát musí být dva hráči. Míč se přihrává po obvodu čtverce hráč kterému je přihráno ho zastaví tlumením nebo stažením a přihraje dalšímu po obvodu. Každý po přihrávce startuje na místo hráče, jemuž přihrál.</p>	<p>Pochválit, upozornit na chyby, vymezit prostor</p>
8'	<p>Klasická hra na závěr (dvě družstva po 11 hráčích)</p>	<p>Pískat chyby, podle pravidel (fair play)</p>
<p>Závěrečná část</p> <p>1'</p> <p>2'</p> <p>4'</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zhodnocení hodiny Vyklusání kolem hřiště + posbírat míče Statický strečink (doprotáhnutí individuálně dle potřeby) 	<p>Žáci jsou v půlkruhu před učitelem</p>

